



# Định hướng giá trị và cảm nhận hạnh phúc

*"Nghiên cứu mối quan hệ giữa định hướng giá trị và cảm nhận hạnh phúc" là đề tài nghiên cứu Khoa học Công nghệ cấp ĐHQGHN do PGS.TS Trương Thị Khánh Hà, Khoa Tâm lý học, Trường ĐH Khoa học Xã hội và Nhân văn làm chủ nhiệm. Đề tài được đánh giá có giá trị khoa học và thực tiễn cao, kết quả của đề tài chỉ ra xu hướng biến đổi giá trị và có ý nghĩa định hướng giáo dục để tạo dựng một cuộc sống hạnh phúc trong bối cảnh hội nhập quốc tế.*

■ VIỆT HÀ

## NÂNG CAO CẢM NHẬN HẠNH PHÚC CON NGƯỜI

Trong nhiều thập kỉ qua, nghiên cứu về cảm nhận hạnh phúc đã trở thành một phần quan trọng trong lĩnh vực Tâm lí học, thậm chí nó có thể được coi như một hướng chuyên ngành mới. Cuộc sống vật chất đầy đủ, cường độ làm việc tăng lên, cùng với những áp lực nảy sinh trong thời đại khoa học công nghệ tiến lên như vũ bão khiến con người ngày càng quan tâm hơn đến câu hỏi kinh điển về hạnh phúc cuộc đời. Những gì là quan trọng và có ý nghĩa nhất đối với con người trong cuộc sống, liệu họ có cảm thấy hạnh phúc hay không, cái đích của cuộc sống là gì? Dù có những quan điểm khác nhau, nhưng mọi người đều thừa nhận rằng cảm nhận hạnh phúc là một phần quan trọng nói lên chất lượng cuộc sống của mỗi người. Từ đó các yếu tố có liên quan hay ảnh hưởng đến cảm nhận hạnh phúc đã được nhiều nhà khoa học quan tâm nghiên cứu. Một trong những yếu tố đó là định hướng giá trị của cá nhân. Các giá trị cá nhân có thể coi là một trong những cơ sở để lí giải hành vi và suy nghĩ của con người. Liệu định hướng giá trị của cá nhân có mối quan hệ thế nào với cảm nhận hạnh phúc của họ. Lí thuyết giá trị của Schwartz (1992) là một khung lí thuyết phổ biến hiện nay và đã có một số nghiên cứu sử dụng lí thuyết giá trị của Schwartz để tìm hiểu mối quan hệ giữa cảm nhận hạnh phúc và định hướng giá trị cá nhân. Có thể nhóm các nghiên cứu về mối quan hệ

giữa các giá trị cá nhân và cảm nhận hạnh phúc thành hai dòng quan điểm chính: Dòng quan điểm thứ nhất cho rằng giữa định hướng giá trị và cảm nhận hạnh phúc có mối quan hệ trực tiếp với nhau. Dòng quan điểm thứ hai nhấn mạnh đến sự đồng thuận hoặc tương đồng giữa giá trị của một người với các giá trị phổ biến trong cộng đồng xung quanh.

Tuy nhiên, trong nghiên cứu này, nhóm tác giả tìm hiểu mối quan hệ trực tiếp giữa các giá trị trong lí thuyết của Schwartz với cảm nhận hạnh phúc trên các khách thể Việt Nam. Tìm hiểu các giá trị tương quan thuận với cảm nhận hạnh phúc, liệu đó có phải là những giá trị lành mạnh mà các tác giả phương Tây đã chỉ ra hay không, liệu đó có phải là những giá trị mang tính cởi mở để thay đổi, kết hợp định hướng phát triển và tập trung vào cá nhân hay không. Theo PGS. Trương Thị Khánh Hà: “Các kết quả nghiên cứu ở phương Tây cho thấy xu hướng chung là sự định hướng tới các giá trị tự định hướng, các giá trị phổ quát, nhân ái, thành công và khám phá cái mới có tương quan thuận với cảm nhận hạnh phúc. Ngược lại, sự định hướng tới các giá trị tuân thủ, an toàn, quyền lực và truyền thống có tương quan nghịch với hạnh phúc. Ngoài ra, những người có định hướng giá trị tương đồng với định hướng giá trị phổ biến trong cộng đồng xung quanh có cảm nhận hạnh phúc cao hơn so với những người có định hướng giá trị không phù hợp với xu hướng giá



trị chung của cộng đồng xã hội.

Tại Việt Nam, có nhiều thành ngữ nói về mối quan hệ nhân quả giữa giá trị sống với số phận cuộc đời như: ở hiền gặp lành; gieo gió gặt bão; có công mài sắt có ngày nên kim... Tuy nhiên đây mới chỉ là những đúc kết mang tính kinh nghiệm, chưa có dữ liệu nghiên cứu khoa học nào bàn về mối quan hệ giữa định hướng giá trị và cảm nhận hạnh phúc nói riêng, số phận cuộc đời của con người nói chung. Chưa có nghiên cứu khám phá, tìm hiểu xem những định hướng giá trị nào có ảnh hưởng tích cực đến cảm nhận hạnh phúc. Vì vậy, nhóm nghiên cứu tìm hiểu thực trạng mối liên hệ này và trên cơ sở đó đưa ra những kiến nghị định hướng giá trị lành mạnh, góp phần nâng cao cảm nhận hạnh phúc của con người.

### NHỮNG KẾT QUẢ CÓ Ý NGHĨA

Với các phương pháp nghiên cứu đa dạng và khách thể nghiên cứu là những sinh viên chính quy, sinh viên tại chức từ các trường đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Khoa học Tự nhiên, ĐH Công nghệ (thuộc ĐHQGHN), ĐH Bách khoa Hà Nội, Học viên Cảnh sát Nhân dân, ĐH Xây dựng và những người đang đi làm nhiều ngành nghề khác nhau như bác sĩ, kế toán, giáo viên... nhóm tác giả đã nghiên cứu và

đưa ra các kết quả khoa học có giá trị. Sản phẩm đã sử dụng thang đo giá trị PVQ-R của Schwart và thang đo cảm nhận hạnh phúc MHC-SF của Keyes. Kết quả khảo sát 1513 người từ 17 đến 40 tuổi, trong đó có 774 nam và 739 nữ cho thấy hai thang đo có độ tin cậy và cấu trúc tốt, có thể sử dụng trên các khách thể Việt Nam. Theo PGS. Trương Thị Khánh Hà: "Các giá trị được hưởng tới mạnh mẽ nhất là Nhân ái; An toàn cá nhân; An toàn xã hội; Bình đẳng, công bằng; thể hiện mong muốn mạnh mẽ của những người trẻ tuổi nói riêng, người Việt Nam nói chung về một xã hội bình đẳng, công bằng, nhân ái, an toàn. Những giá trị Hưởng thụ; Tự chủ; Thành đạt là những giá trị được định hướng mạnh mẽ tiếp theo. Nữ có định hướng giá trị hưởng thụ, an toàn cá nhân, nhân ái cao hơn nam, trong khi nam có định hướng giá trị an toàn xã hội, sự tuân thủ quy tắc cao hơn nữ".

Hiện nay, bên cạnh việc tiếp tục đề cao các giá trị an toàn, nhân ái, các khách thể có xu hướng đề cao hơn giá trị tự định hướng, chủ động trong hành động và suy nghĩ, đề cao hơn giá trị hưởng thụ, giá trị khám phá trải nghiệm và có xu hướng giảm định hướng giá trị truyền thống và giá trị quyền lực. Sự biến đổi này cho thấy định hướng giá trị trong xã hội hiện đại đang chuyển theo hướng hội nhập khu vực và quốc tế. Con người hướng tới sự tự chủ, tự quyết định, hưởng thụ





và có những trải nghiệm mạnh mẽ hơn trước kia. Theo lý thuyết của Schwart, con người không thể cùng lúc hướng tới hai nhóm giá trị đối lập nhau trên hình tròn giá trị một cách mạnh mẽ như nhau. Vì vậy, khi định hướng giá trị của con người nghiêng về phía tự định hướng, tự quyết định mạnh mẽ hơn thì định hướng giá trị truyền thống sẽ có xu hướng giảm xuống. Kết quả nghiên cứu còn cho thấy giá trị bình đẳng, công bằng, an toàn xã hội, an toàn cá nhân là những giá trị rất quan trọng đối với những người được khảo sát.

Một số giá trị tốt đẹp, phù hợp với văn hóa cộng đồng, không được nhóm khách thể hướng tới một cách mạnh mẽ như: Bảo vệ môi trường thiên nhiên, Sự khoan dung, Sự khiêm nhường, Giá trị truyền thống, Sự tuân thủ quy tắc; mặc dù đây là những giá trị có ảnh hưởng tích cực tới cảm nhận hạnh phúc. Vì thế cần có chiến lược giáo dục để thế hệ trẻ nói riêng, cộng đồng nói chung định hướng mạnh mẽ hơn tới những giá trị này.

Nhóm nghiên cứu còn chỉ ra rằng, mối quan hệ giữa định hướng giá trị với cảm nhận hạnh phúc ở những người trẻ tuổi hiện nay diễn ra theo hai chiều hướng: thứ nhất, những giá trị có tương quan chặt chẽ nhất với cảm nhận hạnh phúc là những giá trị đặc trưng cho nền văn hóa cộng đồng. Những người định hướng tới các giá trị cộng đồng, như Nhân ái, quan tâm; Bình đẳng, công bằng; An toàn xã hội; Bảo vệ môi trường thiên nhiên; Sự khoan dung; Sự khiêm nhường; Giá trị truyền thống; Sự tuân thủ quy tắc, có cảm

nhận hạnh phúc cao hơn những người không đánh giá cao các giá trị này. Thứ hai, khác với các nghiên cứu đã tiến hành ở Việt Nam trước đây, trong nghiên cứu này, các giá trị đặc trưng cho văn hóa cá nhân như Tự định hướng, Chủ động trong hành động và suy nghĩ; Thành đạt; An toàn cá nhân; Khám phá trải nghiệm cũng có tương quan thuận với cảm nhận hạnh phúc, mặc dù mức độ tương quan không chặt chẽ bằng các giá trị mang tính cộng đồng. Điều này chứng tỏ người Việt Nam bắt đầu đánh giá cao những giá trị cá nhân. Việc định hướng tới các giá trị cá nhân không những không bị phê phán mà còn góp phần nâng cao cảm nhận hạnh phúc của con người.

Các kết quả và phân tích trên cơ sở khoa học của công trình nghiên cứu này có ý nghĩa quan trọng đối với việc định hướng giáo dục giá trị cho thanh thiếu niên và là tư liệu tốt cho các nhà giáo dục, các nhà quản lý và đào tạo nguồn nhân lực. Hiện nay sản phẩm cũng đã được chuyển giao cho Viện Nghiên cứu Dư luận xã hội, Ban Tuyên giáo Trung ương, để đưa vào sử dụng trong việc nghiên cứu, đề xuất, tư vấn chính sách nhằm bảo tồn những giá trị truyền thống và giáo dục những giá trị mới phù hợp với xu hướng phát triển của xã hội hiện đại, đảm bảo sự ổn định và phát triển, nâng cao cảm nhận hạnh phúc cho lớp trẻ nói riêng, cho cộng đồng nói chung trong thời kì hội nhập.